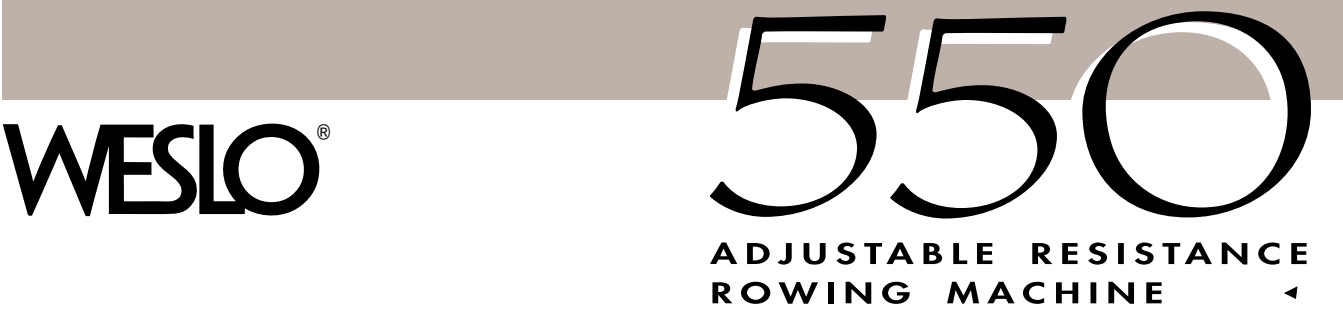


COMO SOLICITAR PIEZAS DE REPUESTO

Para pedir piezas de repuesto, póngase en contacto con el establecimiento donde compró la caminadora. Cuando si disponga a pedir piezas, por favor esté preparado con la siguiente información:

- el NÚMERO DE MODELO de la máquina (WLEMRW17910)
- el NOMBRE de la máquina (la máquina para remar WESLO® 550)
- el NÚMERO Y LA DESCRIPCIÓN de la(s) pieza(s) (vea la LISTA DE PIEZAS y el DIBUJO DE LA PIEZAS en el centro de este manual).

WESLO es una marca registrada de ICON Health & Fitness, Inc.



MANUAL DEL USUARIO

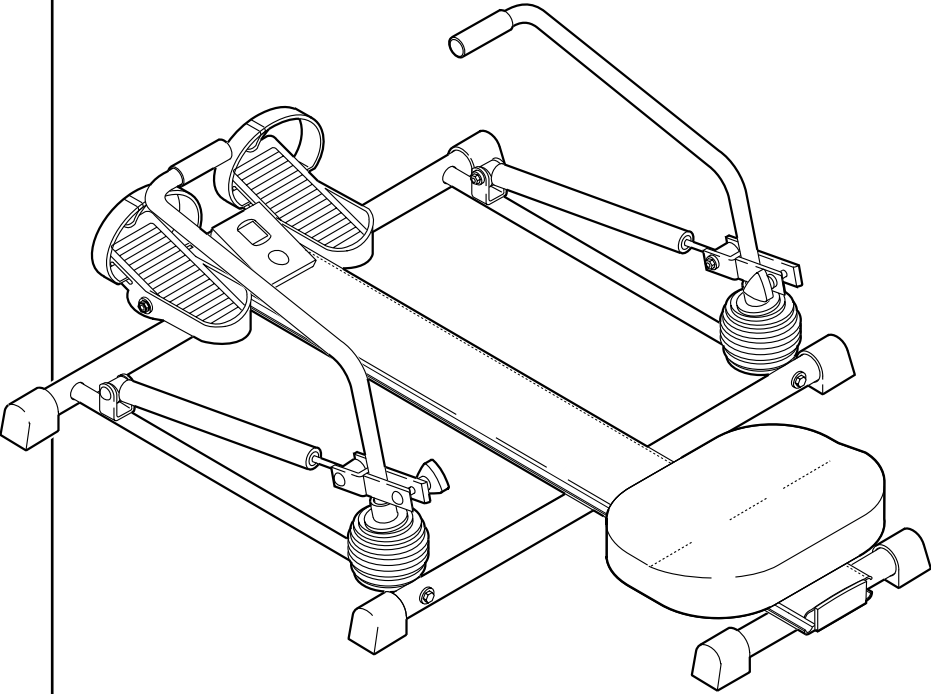
Núm. de Modelo WLEMRW17910

¿PREGUNTAS?

Como fabricante, nosotros estamos cometidos a proveerle satisfacción completa a nuestro cliente. Si usted tiene preguntas, si faltan piezas o hay piezas dañadas, póngase en contacto con el establecimiento donde compró el equipo.

⚠PRECAUCIÓN:

Antes de usar el equipo, lea cuidadosamente todas las advertencias e instrucciones de este manual. Guarde el manual para futuras referencias.



Página de internet

www.weslo.com

ANTES DE COMENZAR

Gracias por seleccionar el WESLO® 550 máquina para remar con resistencia ajustable. El remar es uno de los ejercicios más eficaces que se conocen para entonar el cuerpo, fortalecer músculos, y construir el sistema cardiovascular. El WESLO® 550 está diseñado para dejarle disfrutar este ejercicio eficaz en la conveniencia e intimidad de su propio hogar.

Para su beneficio, lea el manual cuidadosamente antes de usar WESLO® 550. Si tiene preguntas, póngase en contacto con el establecimiento de donde compró la máquina para remar. El número del modelo de la máquina para remar es WLEMRW17910.

PRECAUCIONES IMPORTANTES

⚠ AVISO: Para reducir el riesgo de quemaduras, fuego, electrocutamiento o lesiones a personas, lea las siguientes precauciones importantes e información antes de operar la máquina para remar.

1. Lea todas las precauciones en este manual antes de usar la máquina para remar. Use la máquina para remar solamente como se describe en este manual.

2. Es la responsabilidad del propietario asegurarse de que todos los usuarios de la máquina para remar estén adecuadamente informados sobre todos los avisos y precauciones necesarios.

3. Coloque la máquina para remar en una superficie nivelada con un tapete debajo para proteger el piso o la alfombra. Guarde la máquina para remar en un lugar cerrado, lejos de la humedad y el polvo.

4. Inspeccione y apriete frecuentemente todas las piezas. Reemplace cualquier parte gastada inmediatamente.

5. Mantenga a los niños menores de 12 años y animales domésticos lejos dla máquina para remar a todo momento.

6. Use ropa apropiada cuando utilice la máquina para remar. Siempre use zapatos deportivos para proteger sus pies.

7. Mantenga las manos y los pies retirados de las partes móviles dla máquina para remar.

8. Si en cualquier momento mientras esté haciendo sus ejercicios siente dolor o mareo deténgase inmediatamente.

9. El remar está diseñado para uso en casa solamente. No use la máquina para remar en ningún lugar comercial, de renta o institucional.

⚠ AVISO: Antes de comenzar éste o cualquier programa de ejercicios, consulte a su médico. Esto es muy importante especialmente para personas mayores de 35 años o que tengan problemas de salud pre-existentes. Lea todas la instrucciones antes de usar. ICON no asume ninguna responsabilidad por lesiones personales o daños materiales sufridos por o a través del uso de este producto.

OPERANDO LA MÁQUINA PARA REMAR

COMO OPERAR EL MONITOR

Para encender la corriente, presione el botón del monitor.

Para cambiar funciones, presione el botón hasta que la función deseada se muestre (triángulos negros marcan las funciones seleccionadas). Las siguientes funciones se ofrecen:

RECORRER—El monitor muestra las funciones de tiempo y caloría, alternandose cada cinco segundos.

CONTAR (CNT)—El monitor muestra las repeticiones que usted ha completado hasta 9,999.

TEMPORIZADOR (TMR)—El monitor cuenta el tiempo, comenzando cuando usted empieza a hacer ejercicios (hasta 99 minutos). Después de 5 segundos de inactividad, el temporizador hace pausa.

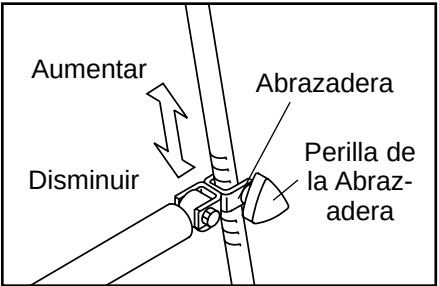
CALORÍA (CAL)—El monitor muestra el número aproximado de calorías quemadas. Nota: Use esta función solo para comparar sesiones de ejercicio: no use esta función para propósitos de tratamientos médicos.

Para reajustar el monitor, presione el botón y sosténgalo por dos segundos. **El monitor automáticamente se apaga después de cinco minutos de inactividad.**

COMO AJUSTAR LA RESISTENCIA

Para variar la intensidad de su ejercicio, la resistencia de los brazos para remar se puede cambiar. La resistencia se determina con la posición de las abrazaderas en los brazos para remar.

Para cambiar la resistencia, primero afloje las perillas de las abrazaderas. Para aumentar la resistencia, deslice las abrazaderas más altas en los brazos para remar; para disminuir la resistencia, deslice las abrazaderas más abajo. Apriete las perillas de las abrazaderas. **Refiérase a las marcas en los brazos para remar para asegurarse que ambas abrazaderas estén a la misma altura.**



FORMA APROPIADA PARA REMAR

Siéntese en el asiento, mirando los reposapiés. Coloque sus pies en los reposapiés y ajuste las correas para que le queden a sus pies. Sostenga los manubrios de los brazos para remar con un agarre de sobremano. La forma correcta para remar consiste de tres fases;

1. La primera fase es AGARRAR. Deslice el asiento hacia adelante hasta que sus rodillas casi estén tocando su pecho. Pivotee los brazos para remar hacia adelante hasta que sus manos estén cerca de sus pies.

2. La segunda fase es MANEJAR. Empuje hacia atrás usando sus piernas. Mantenga su espalda derecha. Reclínesse hacia atrás un poco de las caderas (no de la cintura) y comience a jalar los brazos para remar hacia su pecho. Mantenga sus codos hacia fuera.

3. La tercera fase es TERMINAR. Sus piernas deben estar casi derechas. Continúe jalando los brazos para remar hasta que sus manos estén igualadas con su pecho.

Después de la fase terminar, extienda sus brazos hacia adelante y jale el asiento hacia adelante usando sus piernas. Repita, moviéndose por las tres fases con una moción suave y fluida. Recuérdese de respirar normalmente al remar—nunca sostenga la respiración.

REMAR ALTERNADAMENTE

Siéntese en su máquina para remar como se describe arriba y extienda sus piernas hasta que estén casi derechas. Mantenga su espalda derecha. Alternadamente jale el brazo para remar derecho y entonces el brazo para remar izquierdo hacia su pecho.

SENTADILLAS

Siéntese en su máquina para remar como se describe arriba. Asegúrese que sus pies estén apropiadamente apretados dentro de los reposapiés. Doble sus rodillas un poco y agarre sus manos detrás de su cabeza. Desempeñe cuantas sentadillas desee.

MANTENIMIENTO Y ALMACENAMIENTO

Inspeccione y apriete frecuentemente todas las piezas. Reemplace cualquier parte gastada inmediatamente.

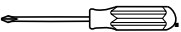
Limpie el riel y las ruedas en el sujetador del asiento regularmente para mantenerlos libres de polvo y tierra. La máquina para remar se puede limpiar usando un trapo suave y detergente suave. Mantenga los líquidos alejados del monitor.

Si el monitor no funciona apropiadamente, reemplace las pilas. La mayoría de los problemas son el resultado de pilas agotadas. Vea el paso 11 del montaje en la página 5 para las instrucciones de instalación de pilas.

La máquina para remar se puede guardar en una posición vertical para conservar espacio. **Guarde la máquina para remar en un lugar donde los niños no la puedan ladear.** Quite las pilas del monitor cuando guarde la máquina para remar.

MONTAJE

Coloque todas las piezas la máquina para remar entrenador elíptico en una área despejada y quite los materiales de empaque. No se deshaga de los materiales de empaque hasta que el montaje se halla completado. Lea cada paso del montaje cuidadosamente antes de comenzar.

SE REQUIEREN LAS SIGUIENTES HERRAMIENTAS (NO INCLUIDAS) PARA EL ENSAMBLADO: un llave de ajuste  y un desarmador estandard 

1. **Nota: A medida que ensamble la máquina para remar use la TABLA DE IDENTIFICACIÓN DE PIEZAS localizada en en el centre de este manual Para identificar las piezas pequeñas.**

Oriente el Riel (2) de tal manera que el alambre del Interruptor de Lengüeta (39) esté en el extremo indicado. Oriente uno de los Estabilizadores Largos (1) de tal manera que los orificios grandes estén en el lado indicado.

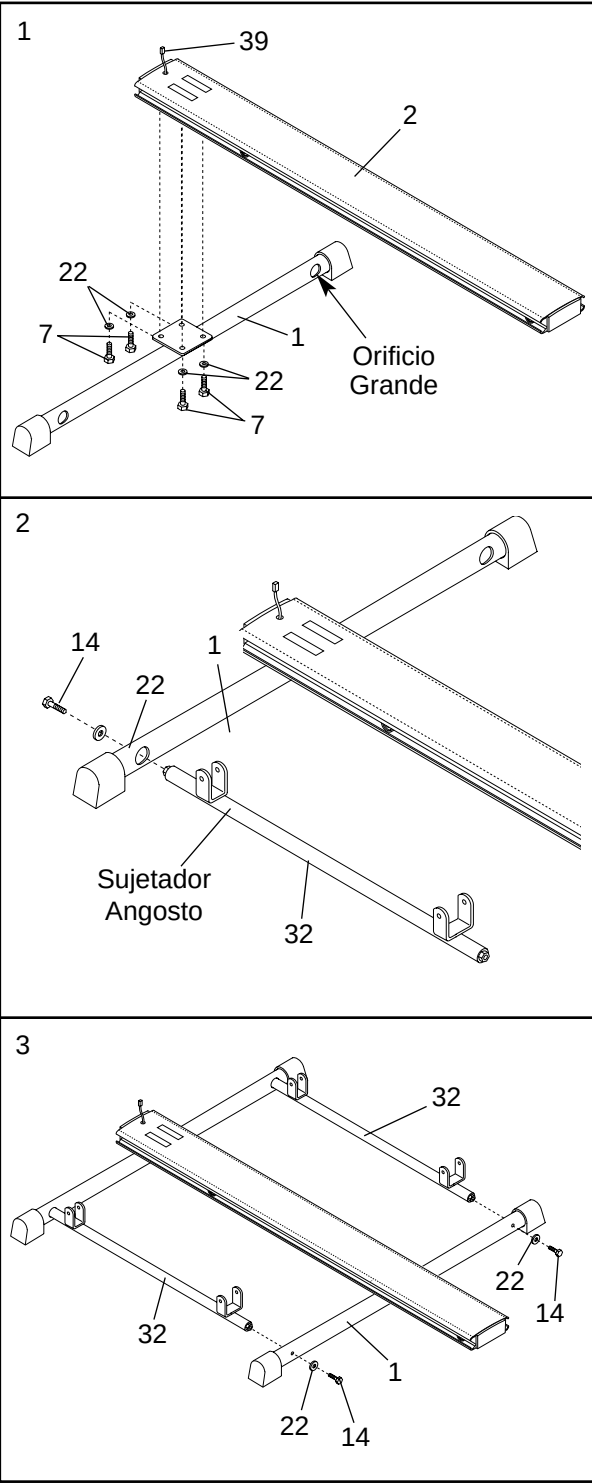
Conecte el Estabilizador Largo (1) al Riel (2) con cuatro Tornillos del Estabilizador Corto (7) y cuatro Arandelas Pequeñas (22).

2. Oriente uno de los Tubos Conectores (32) de tal manera que el sujetador angosto esté en el extremo indicado. Conecte el Tubo Conector al Estabilizador Largo (1) con un Tornillo del Estabilizador Largo (14) y una Arandela Pequeña (22). **No sobre apriete el Tornillo del Estabilizador Largo.**

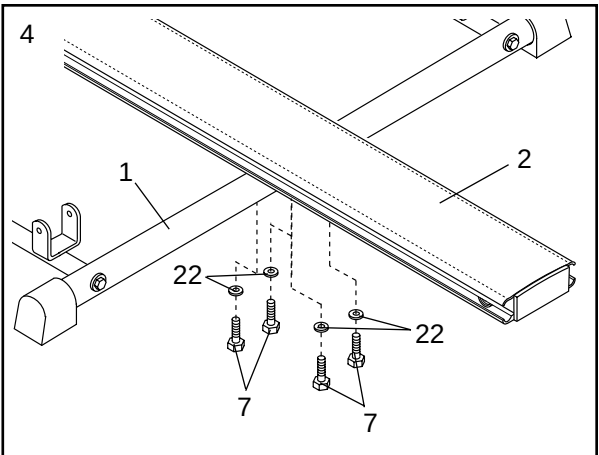
Conecte el otro Tubo Conector (que no se muestra) al Estabilizador Largo (1) de la misma manera.

3. Deslice el otro Estabilizador Largo (1) a los extremos de los dos Tubos Conectores (32).

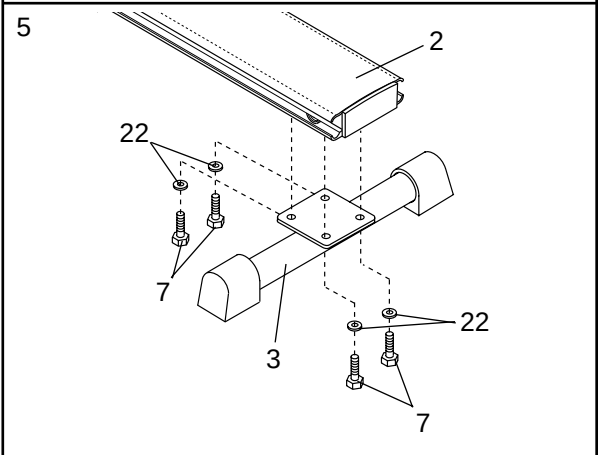
Conecte el Estabilizador Largo (1) a los Tubos Conectores (32) con dos Tornillos del Estabilizador Largo (14) y dos Arandelas Pequeñas (22). **No sobre apriete los Tornillos del Estabilizador Largo.**



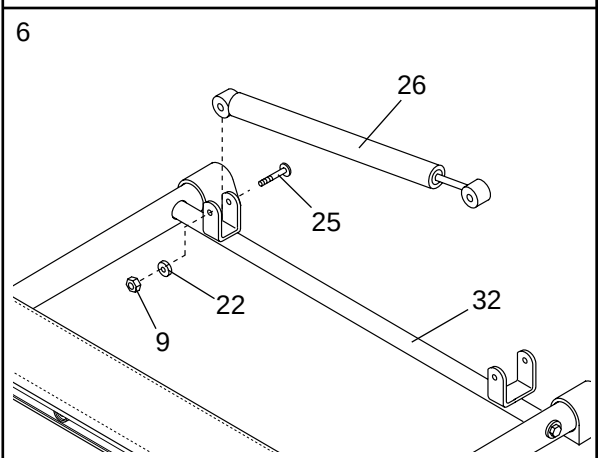
4. Conecte el Estabilizador Largo (1) al Riel (2) con cuatro Tornillos del Estabilizador Corto (7) y cuatro Arandelas Pequeñas (22).



5. Conecte el Estabilizador Corto (3) al Riel (2) con cuatro Tornillos del Estabilizador Corto (7) y cuatro Arandelas Pequeñas (22).

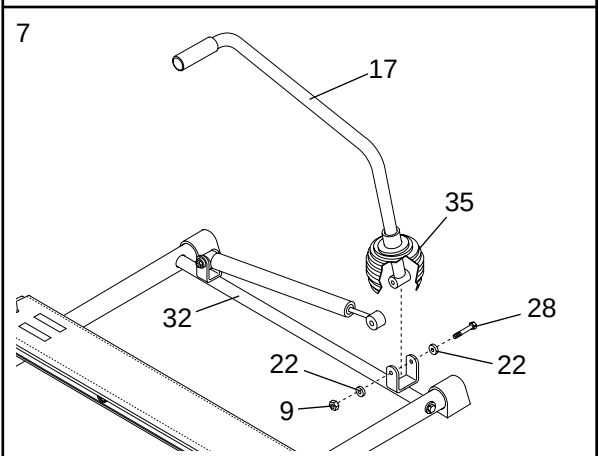


6. Oriente el Cilindro de Resistencia (26) como se muestra. Conecte el Cilindro de Resistencia al sujetador indicado en el Tubo Conector (32) derecho con un Tornillo del Cilindro (25), una Arandela Pequeña (22), y una Contratuerca de Nylon de M8 (9).



Conecte el otro Cilindro de Resistencia (que no se muestra) de la misma manera.

7. Oriente el Brazo de Remar Derecho (17) como se muestra. Conecte el Brazo de Remar Derecho al sujetador indicado en el Tubo Conector (32) derecho con un Tornillo del Brazo de Remar (28), dos Arandelas Pequeñas (22), y una Contratuerca de Nylon de M8 (9). Deslice la Cubierta de Goma (35) hacia abajo para que cubra el sujetador.

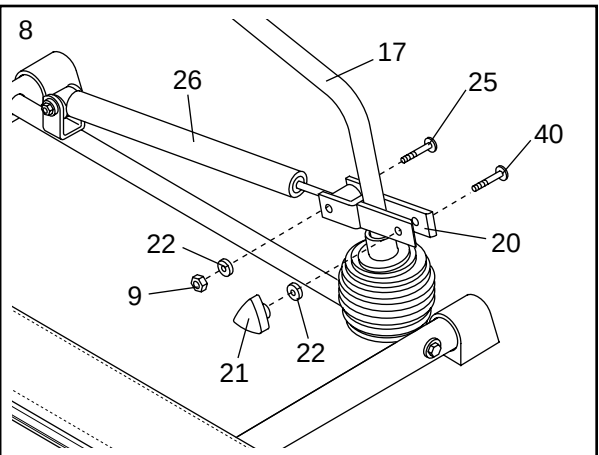


Conecte el Brazo de Remar Izquierdo (que no se muestra) de la misma manera.

8. Conecte el extremo indicado de la Abrazadera (20) al Cilindro de Resistencia (26) derecho con un Tornillo del Cilindro (25), una Arandela Pequeña (22), y una Contratuerca de Nylon de M8 (9).

Asegure el otro extremo de la Abrazadera (20) al Brazo de Remar Derecho (17) con un Tornillo de la Abrazadera (40), una Arandela Pequeña (22), y una Perilla de la Abrazadera (21).

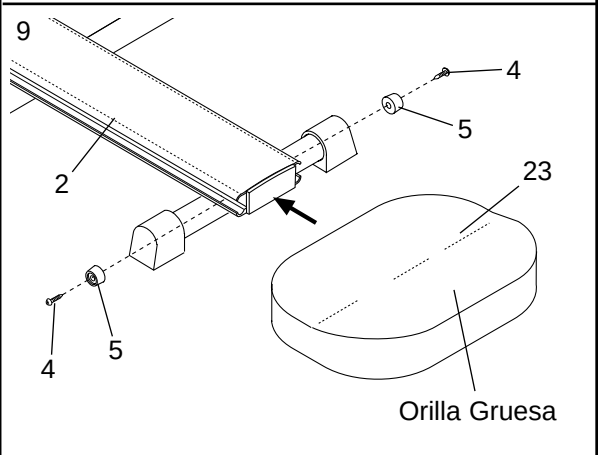
Conecte la otra Abrazadera (que no se muestra) a la izquierda del Cilindro de Resistencia y el Brazo de Remar Izquierdo (que no se muestra) de la misma manera. **Asegúrese que ambas Abrazaderas estén a la misma altura.**



9. Quite los Atajadores del Asiento (5) indicados.

Deslice el Asiento (23) al Riel (2). **Asegúrese que la orilla gruesa del Asiento esté orientado como se muestra y que las Ruedas (que no se muestran) debajo del Asiento estén en las ranuras en los lados del Riel.**

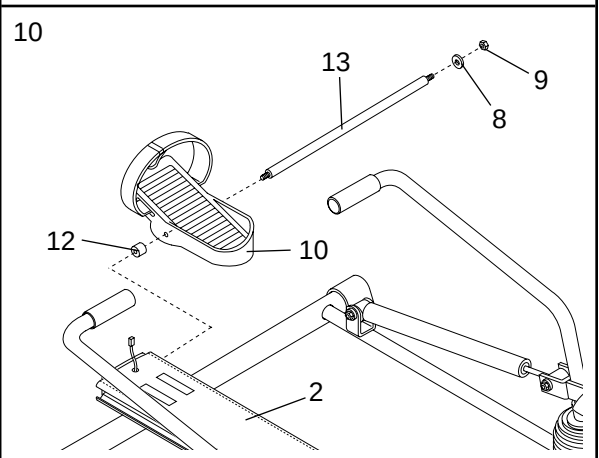
Vuelva a conectar los dos Atajadores del Asiento (5) con los Tornillos del Atajador del Asiento (4).



10. Deslice el Eje del Reposapiés (13) al orificio indicado en el Riel (2).

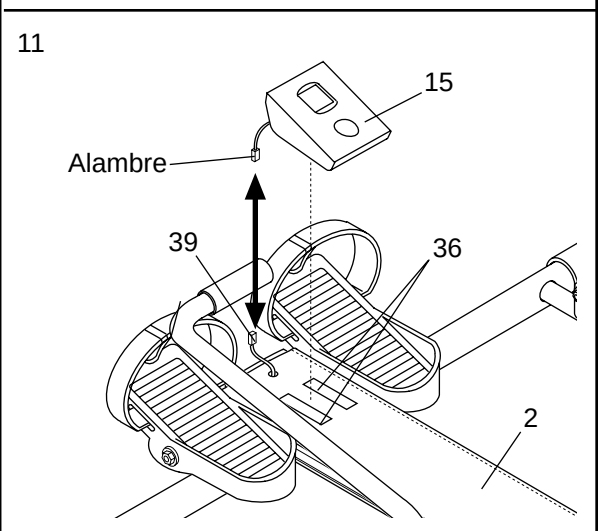
Deslice un Espaciador Plástico (12) y un Reposapiés (10) al extremo derecho del Eje del Reposapiés (13). Asegure el Reposapiés con una Arandela Grande (8) y una Contratuerca de Nylon de M8 (9).

Asegure el otro Reposapiés (que no se muestra) al extremo izquierdo del Eje del Reposapiés (13) de la misma manera.



11. Inserte dos pilas 1,5V ("AA") (no incluidas) dentro del Monitor (15). Se recomiendan pilas alcalinas. Asegúrese que las pilas se orienten correctamente.

Conecte el alambre que se extiende del Monitor (15) al Alambre del Interruptor de Lengüeta (39). Quite el adhesivo protector de las Tiras Ajustantes (36). Presione el Monitor a las Tiras Ajustantes; **tenga cuidado de no pellizcar los alambres.**



12. **Asegúrese de apretar todas las piezas antes de utilizar la máquina para remar.** Para proteger el suelo o la alfombra de daño, coloque un tapete debajo la máquina para remar.

LISTA DE PIEZAS—Núm. de Modelo WLEMRW17910 R0801A

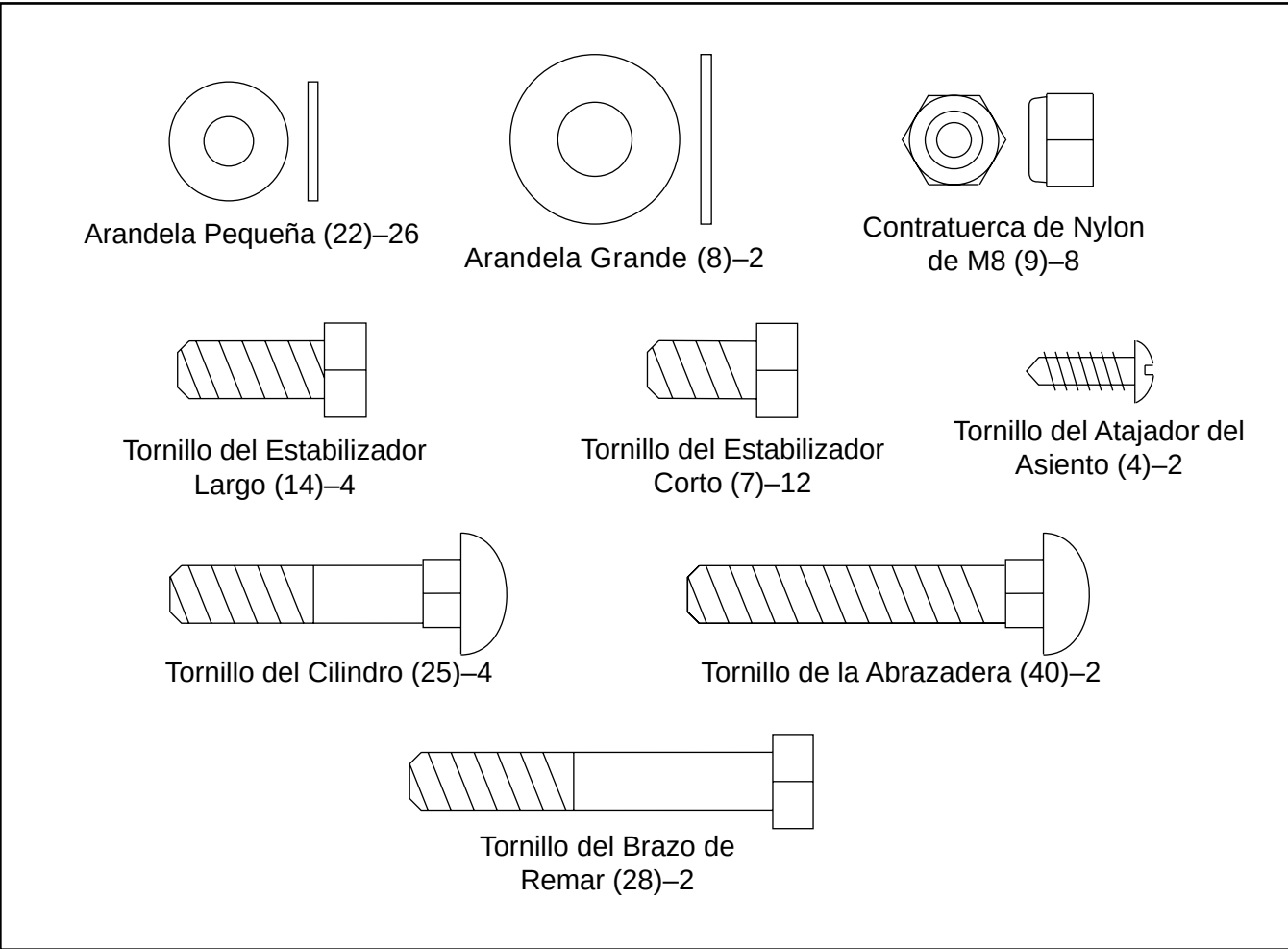
Núm.	Ctd.	Descripción	Núm.	Ctd.	Descripción
1	2	Estabilizador Largo	22	26	Arandela Pequeña
2	1	Riel	23	1	Asiento
3	1	Estabilizador Corto	24	1	Sujetador de Asiento
4	8	Tornillo del Atajador del Asiento	25	4	Tornillo del Cilindro
5	4	Atajadores del Asiento	26	2	Cilindro de Resistencia
6	2	Tapa de Riel	27	1	Imán
7	12	Tornillo del Estabilizador Corto	28	2	Tornillo del Brazo de Remar
8	2	Arandela Grande	29	2	Mango del Brazo de Remar
9	8	Contratuerca de Nylon de M8	30	4	Cojinete del Brazo de Remar
10	2	Reposapiés	31	2	Tornillo de Imán
11	2	Tirante	32	2	Tubo Conector
12	2	Espaciador Plástico	33	4	Rueda
13	1	Eje del Reposapiés	34	6	Tapa Extremo
14	4	Tornillo del Estabilizador Largo	35	2	Cubierta de Goma
15	1	Monitor	36	2	Tira Ajustante
16	2	Tapa de Brazo de Remar	37	4	Tuerca del Asiento
17	1	Brazo de Remar Derecha	38	4	Tornillo de Rueda
18	1	Brazo de Remar Izquierda	39	1	Interruptor de Lengüeta/Alambre del
19	2	Manubrio			Interruptor de Lengüeta
20	2	Abrazadera	40	2	Tornillo de la Abrazadera
21	2	Perilla de la Abrazadera	#	1	Manual del Usuario

Nota: Este signo # significa una parte no ilustrada. Características técnicas están sujetas a cambios sin previo aviso. Vea el reverso de este manual para ordenar piezas de repuesto.

QUITE ESTA LISTA DE PIEZAS, TABLA DE PIEZAS, Y DIBUJO DE PIEZAS DEL MANUAL.

DE ESTA LISTA DE PIEZAS/DIBUJO DE LAS PIEZAS PARA FUTURAS REFERENCIAS

Este cuadro se provee para ayudarle a identificar las piezas pequeñas que se usan en el montaje. El número que se encuentra entre paréntesis debajo de cada pieza hace referencia al número clave de cada pieza. El segundo número se refiere a la cantidad que se usa en el montaje. **Importante: Algunas piezas pequeñas pueden haber sido armadas previamente para propósitos de envío. Si una parte no se encuentra en la bolsa de las piezas, revise si ha sido armada previamente.**



DIBUJO DE LAS PIEZAS—Núm. de Modelo WLEMRW17910 R0801A

